

Samtalestarter

Materialepakke

Sådan stabler du et nyt arrangement på benene

Materialepakken hjælper dig til at række ud til mennesker i dit lokalområde og planlægge et arrangement, hvor I sammen kan blive klogere på digital svindel, dele erfaringer, starte samtaler og udføre konkrete forebyggende handlinger. Tryghed er ikke noget vi har, det er noget, vi skaber sammen.

Denne materialepakke er en hjælp til at **planlægge et nyt arrangement**

Tak, fordi du har valgt at blive samtalestarter i Sammen mod svindel.

Denne pakke hjælper dig med at starte samtaler om digital svindel ved at planlægge et nyt arrangement. Den guider dig igennem planlægningen, og hvordan du har gode samtaler på tværs af dit lokalsamfund.

Måske er det et arrangement i din egen forening, måske er det i samarbejde med det lokale bibliotek eller en anden fra dit lokalsamfund.

Du skal ikke være IT-ekspert eller kende alle de tekniske begreber. Din rolle som samtalestarter er at guide samtalen på vej, dele råd og vejledning og være med til at bryde det tabu, som kan være forbundet med digital svindel.

Svindlernes metoder ændrer sig hurtigt. Derfor ligger alle guides online, hvor du altid kan downloade den nyeste version.

www.tryghed.dk/botrygt/sammen-mod-svindel

Indhold

Problemet: digital svindel	s. 2
Inviter	s. 3
Gode råd til planlægningen af dit møde	s. 4
Lav dit program	s. 5
Gode råd til at starte samtalen	s. 6
Tjekliste	s. 8

Botrygt

Problemet: kort om digital svindel

Sidste år blev tre ud af fire danskere udsat for forsøg på digital svindel.
Alle kan blive ramt. Svindel er ofte svært at gennemskue, og når det lykkes, rammer det både privatøkonomien og vores grundlæggende tryghed.

Selvom de fleste af os er enige om, at vi må tage et fælles ansvar, er der noget, som holder os tilbage. Langt over halvdelen af os taler nemlig aldrig eller meget sjældent om digital sikkerhed.

Derfor er det afgørende, at vi bryder tavsheden.
Når vi taler åbent om svindel og deler de vigtigste tommelfingerregler, opbygger vi sammen et stærkere forsvar.

Husk, at du ikke skal være ekspert i digital svindel, men at du kan bruge disse informationer, hvis folk i dine fællesskaber spørger ind til problemet.



3 ud af 4

af os har inden for det seneste år oplevet et forsøg på digital svindel.

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025



83%

af os mener, at vi har et fælles ansvar for at hjælpe hinanden med at undgå digital svindel.

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025



54%

af os taler aldrig eller kun sjældent om digital sikkerhed og svindel

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025

Bo trygt

Inviter

Hvem kan du invitere?
Tænk bredt, når du planlægger dine arrangementer og samtaler. Du kan række ud til din egen organisation, frivillige, lokale samarbejder, foreninger og netværk. De kan hjælpe med at få inviteret bredere, så samtalen også kan involvere andre lokale fællesskaber og borgere i deres netværk og fællesskaber.

Husk: En mail er sjældent nok! Vi bliver alle bombarderet med beskeder.
En e-mail kan let blive overset eller glemt. Brug gerne forskellige måder at invitere på: mail, opslag på sociale og lokale medier, intranet, nyhedsbreve eller fysiske plakater.

Det personlige greb virker bedst. Tag fat i folk direkte. Prik dem på skulderen over kaffen, ring til dem eller nævn det til det næste møde. Det er din personlige opfordring, der gør, at de hjælper med at få inviteret borgerne eller selv dukker op.

Gør det nemt. Brug evt. invitationsskabelonen nedenfor, som du hurtigt kan kopiere, udfylde og sende af sted.

Invitationsskabelon til inspiration:

Emne: Invitation: Vil du styrke dit forsvar mod digital svindel
sammen med [indsæt jeres org. forenings navn]

Kære [Navn],

Flere og flere oplever at blive forsøgt svindlet over telefonen og på nettet. Det skaber stor utryghed. Men vi kan styrke vores forsvar sammen – ved at hjælpe hinanden, snakke om svindlen og handle i fællesskab.
Sådan er vi Sammen mod svindel!

I [jeres navn f.eks. Nørresundby, Frivilligcenter Amager eller Egedal Seniorgymnastik] ønsker vi at stå sammen mod svindlerne. Derfor inviterer vi til [arrangementets navn].

Tag del I samtalen og vær Sammen mod svindel.

Dato og tid: [Indsæt dato] kl. [Indsæt tidspunkt, f.eks. 13:00 - 16:00]
Sted: [Indsæt adresse og lokale]
Tilmelding: Senest den [Indsæt dato] til [Indsæt e-mail/link]

Hvad får du ud af mødet?
På dagen vil vi sammen blive klogere på digital svindel ved at dele vores erfaringer og lære, hvordan enkle forebyggende handlinger kan opbygge vores forsvar mod svindel. Det tager udgangspunkt i 5 guides om sikkerhedsindstillinger på Facebook, svindelopkald, beløbsgrænse og kreditadvarsel i banken og appen 'Mit digitale selvforsvar'.

Jeg/vi håber, at du kan deltage og ser frem til en hyggelig og lærerig samtale.
Vores stærkeste forsvar er hinanden!

Med venlig hilsen

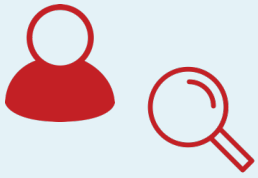
[Indsæt navn, organisation eller fællesskab]

Bo trygt

Gode råd til planlægningen af dit møde

At planlægge et møde handler ikke kun om at sikre, at de rette mennesker møder op. Det handler også om at forberede indholdet af mødet og din egen rolle.

Her kan det være en fordel at samarbejde med andre lokale aktører, så I sammen planlægger og afholder et godt møde.



Tag stilling til, hvem der skal deltage

Hvem vil du gerne i dialog med, og hvem har du eventuelt brug for at samarbejde med for at nå denne gruppe? Inviter bredt f.eks. Medlemmerne af din strikkeklub, beboere i din boligforening eller deltagere på den lokale IT-café.



Planlæg og inviter

Brug tjeklisten og invitations-skabelonen i materialepakken til at planlægge dit møde. Gør det klart i invitationen, hvad formålet er: at tale sammen og dele erfaringer i et trygt fællesskab.



Start samtalen og bliv i rummet

Brug de fire gode råd (se s. 7-8) til at skabe en god samtale. Når det programmet er slut, så bliv lidt længere. Det giver plads til, at deltagerne kan dele mere personlige historier eller stille spørgsmål, de ikke var trygge ved i den store gruppe.



Spørg ind, næste gang I ses

Spørg nysgerrigt ind, næste gang I ses. En simpel opfølgning som "*Fik du talt med din familie om det, vi snakkede om?*" kan være med til at forankre læringen og gøre en varig forskel.

Bo trygt

Lav dit program

Sammen mod svindel er opbygget som en fleksibel værktøjskasse, hvor du selv vælger de guides, der giver bedst mening for dine deltagere.

Her er et eksempel på et program til dig som inspiration, men det er helt op til dig at tilpasse dit eget program. Både tidspunktet på dagen, elementer og moduler i programmet samt varigheden af jeres arrangement kan justeres, så det passer til deltagerne.

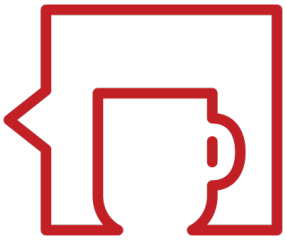
Det vigtigste er ikke, hvor meget I når, men at I får skabt et rart og trygt rum til at dele erfaringer, stille spørgsmål og lave fælles forebyggende handlinger, så alle er bedre rustet mod digital svindel.

Programudkast

10 min	**Velkomst** Navnerunde og præsentation af deltagere, hvis I ikke kender hinanden
15 min	**Evt. problemet eller samtalekort med sidemand** Du kan skabe forståelse af digital svindel eller lad deltagerne snakke med hinanden ud fra samtalekortene
40 min	**Modulgennemgang 1** Vælg et modul og gennemfør det i grupper af 5-8
	Pause Kaffe og kage
40 min	**Modulgennemgang 2** Vælg et modul og gennemfør det i grupper af 5-8
20 min	**Afrunding** Tak for i dag og udlevering af handlingsark og en eventuel snak om et ekstra arrangement omkring de næste moduler.

Bo trygt

Gode råd til at starte samtalen



En god samtale starter længe før I sætter jer sammen, og den slutter ikke, når I rejser jer fra bordet. Forløbet før mødet handler om at skabe tryghed, vække nysgerrighed og gøre det tydeligt, at alle kan være med. Forløbet efter mødet sikrer, at de gode råd og erfaringer lever videre i hverdagen og bliver delt med familie, venner og naboer. Det kan du læse mere om i *'Gode råd til planlægningen af dit møde'.*

Når du har inviteret til et møde, hvor du er samtalestarter, er det vigtigste, at du skaber et rum, hvor alle bliver inkluderede og har lyst til at styrke deres forsvar mod digital svindel sammen. Du skal ikke have alle de tekniske svar, men i stedet give deltagerne lyst og mod til at tale åbent sammen.

For at hjælpe dig godt på vej er her fire gode råd.

1

Vær tydelig omkring, hvad der skal ske og hvorfor

Fortæl kort, hvorfor I er samlet, og hvad formålet er. Gør det klart fra begyndelsen, at ingen skal til eksamen, og at målet er at dele erfaringer, gennemføre handlinger sammen og hjælpe hinanden. Sig for eksempel: *"I dag taler vi åbent om digital svindel. Vi er her for at lære af hinandens oplevelser i et trygt fællesskab."*

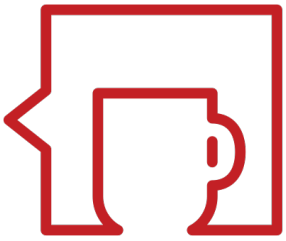
2

Lær hinanden og hinandens erfaringer at kende

Indled med en kort runde, hvor alle byder ind på et let og genkendeligt spørgsmål. Spørg for eksempel: *"Har du eller én, du kender, nogensinde modtaget en mistænkelig besked på telefonen?"* Det bryder isen og viser hurtigt, at alle sidder med lignende erfaringer.

Bo trygt

Gode råd til at starte samtalen



3

Giv alle mulighed for at snakke og lad deltagerne tale selv

Planlæg et vejledende program uden helt faste tidsangivelser, så der er plads til, at snakken får frit løb om de emner, der fylder mest for deltagerne. En god samtale tager den tid, gruppen har brug for, og det er vigtigere at dvæle ved en god pointe end at nå igennem alle spørgsmål.

Som samtalestarter skal du lytte mest og tale mindst. Brug åbne spørgsmål, der begynder med ord som *hvad*, *hvordan* eller *hvilke tanker*. Hvis samtalen går i stå, kan du spørge: *"Hvad gør du selv, hvis en mail virker lidt for god til at være sand?"* Giv plads til små pauser, så deltagerne når at tænke sig om.

4

Anerkend det, der bliver sagt, og vær nysgerrig

Mange føler skyld eller skam, hvis de har været tæt på eller er blevet snydt. Mød altid deltagernes historier med opbakning og forståelse frem for løftede pegefingre. Vis aktiv lytning ved at nikke og opsummere: *"Det er en virkelig god pointe, du rejser der, for svindlerne bliver hele tiden mere udspekulerede."*

Tjekliste

Har du:

- [ ] Lavet et passende program
- [ ] Inviteret til og informeret om arrangementet
- [ ] Bedt deltagerne medbringe deres telefon, tablet eller computer
- [ ] Printet de udvalgte guides til gennemgang
- [ ] Printet handlingsark til alle i gruppen
- [ ] Fundet på et åbningsspørgsmål eller startøvelse, så du får skabt et trygt rum

Samtalekort

Som supplement til de fem guides er her et sæt samtalekort om digital svindel. Kortene er tænkt som en hjælp til at starte samtalen med mennesker i dine lokale fællesskaber.



Bo trygt